

Gratiniertes Filet bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

500 gr Schweinefilet (od. Schnitzel), 2 Esslöffel Senf, 4 Esslöffel Öl, 400 gr Brokkoli (frisch o. TK), 250 gr Karotten, 2 Stangen Lauch, 60 gr Butter, 2 Becher Creme fraiche, 1 Becher Sahne, 200 gr geriebener Gouda, 1 Prise Salz, Pfeffer.

Die Vorbereitungen:

Filet in Scheiben schneiden. Gemüse waschen und putzen.

Die Zubereitung:

Das Filet mit Senf bestreichen. Öl erhitzen, Fleisch anbraten, danach mit Salz und Pfeffer würzen, aus der Pfanne nehmen. Brokkoli in Röschen teilen und in Salzwasser ca. 5-8 Minuten blanchieren.

Möhren stifteln, 6 Minuten blanchieren. Lauch in Ringe schneiden in 1/8 Salzwasser ca. 3 Minuten schmoren.

In einer feuerfesten Form abwechselnd nebeneinander die Möhren, Lauch, Fleisch u. Brokkoli geben. Creme fraiche, Sahne und den Käse verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und über das Gemüse/Fleisch geben. Bei 200° C ca. 25 Minuten backen. Dazu paßt: Kartoffeln, Nudeln, Spätzle oder Kroketten.